

回覧

ミズノウエルネス沼田健康スポーツ教室

12月

テラス沼田 7F のミズノウエルネス沼田で下記の健康スポーツ教室を実施します。
ぜひこの機会にご参加ください。(最少催行人員5名。定員になり次第締め切ります。
定員間近な教室もありますので、新規申し込みの方はお早めにお申し込みください。)

★内容の詳細は施設にお問合せください。

今月募集教室のご案内					
対象	教室名	実施期間	時間	定員	料金
16才以上	ミズノ卓球スクール (硬式・一般中級)	12/3~ 12/24 毎週木曜 全4回	13:30~15:00	6名	¥5,000
小学生	ミズノ卓球スクール (小学生)	12/3~ 12/24 毎週木曜 全4回	17:30~18:30	★15名 残り枠わずか	
小学生から高校3年まで	ミズノ卓球スクール (選手養成コース)	12/1~ 12/22 毎週火曜日 全4回	19:10~20:40	6名	¥10,000
小学生以上	太極拳&カンフー体操教室	12/5~ 12/26 毎週土曜 全4回	10:00~11:00	15名	¥2,000
概ね60歳以上	100年歩けるカラダをつくろう教室 ~カラダ100年プロジェクト~	12/3~ 12/24 毎週木曜 全4回	10:30~12:00	5名	¥2,000
概ね60歳以上	60才から始める足腰トレーニング教室 ~ミズノララフィット~ 金曜日コース	12/4~ 12/25 毎週金曜 全4回	15:30~16:30	15名	¥3,000

持ち物：室内シューズ、飲み物、タオル、マスク

その他ご不明な点はお電話にてお問合せください。(0278-25-3737)
※感染対策防止にご協力の上、ご参加ください。

今月募集教室のご案内

対象	教室名	実施期間	時間	定員	料金
16歳以上	働く人のための週イチ運動教室	12/2~12/23 毎週水曜 全4回	18:00~19:15	15名	¥2,200
概ね60歳以上	足腰元気トレーニング教室 ~自分の身体を見つめ直そう~ 火曜日午前コース	12/1~ 12/22 毎週火曜 全4回	10:30~11:30	15名	¥2,000
概ね60歳以上	足腰元気トレーニング教室 ~自分の身体を見つめ直そう~ 火曜日午後コース	12/1~ 12/22 毎週火曜 全4回	14:30~15:30	15名	¥2,000
概ね60歳以上	足腰元気トレーニング教室 ~自分の身体を見つめ直そう~ 金曜日コース	12/4~ 12/25 毎週金曜 全4回	14:00~15:00	15名	¥2,000
小学生	小学生バレエ教室	12/6~12/27 毎週日曜 全4回	13:00~14:00	10名	¥4,000 (シューズ代別途)
小学生	スポーツ塾 (鉄棒・マット)	12/3~ 12/24 毎週木曜 全4回	17:15~18:00	★5名	¥3,000
16歳以上	社交ダンス教室	12/4~ 12/25 毎週金曜 全4回	20:00~21:30	15名	¥2,200
小学生	英語でダンス&ストレッチ	12/5~12/26 毎週土曜 全5回	13:30~14:15	10名	¥5,000

申し込み・お問合せ

〒378-0044 沼田市下之町888番地 テラス沼田 7F

ミズノウエルネス沼田 TEL 0278-25-3737 FAX 0278-25-3738

開館時間 火~土 9:00~22:00 日9:00~19:00 休館日 毎週月曜日

担当：財政課